Préparation physique




Echelle rythmique

Echelle rythmique destinée à l'entraînement, à la course de vitesse et à la coordination. Elle comprend 10 échelons espacés de 35cm, longueur totale de 4 mètres et largeur de 40cm.

Réf.	L'unité	
350022	16,60 €HT	19,92 €TTC



Echelle rythmique double

Echelle rythmique double destinée à l'entraînement, à la course de vitesse et à la coordination. Longueur : 4,5m.

Réf.	L'unité	
380238	21,50 €HT	25,80 €TTC



Jeu de 5 plateformes plyométriques

Le jeu comprend 5 plateformes dont les hauteurs sont : 15, 30, 45, 60 et 75cm.

Réf.	Le jeu de 5	
380240	185,30 €HT	222,36 €TTC



Cordes à sauter de vitesse Megaform

Cordes à sauter de vitesse ajustables en PVC. Diamètre de la corde : 0,5cm. Poignées : 11cm.

Réf.	Longueur	Couleur	L'unité	
650193	270cm	bleu	3,40 €HT	4,08 €TTC
650194	300cm	noir	3,70 €HT	4,44 €TTC



Jeux de 6 cordes à sauter en vinyle

Réf.	Taille	Le jeu de 6	
650158	215cm	8,00 €HT	9,60 €TTC
650147	270cm	10,00 €HT	12,00 €TTC



Corde de vitesse Reebok

Corde de vitesse extrêmement légère. Longueur 300cm ajustable (en coupant la corde). Livré avec un programme d'entraînement de l'Université Reebok en 6 langues.

Réf.	L'unité	
650234	7,90 €HT	9,48 €TTC



Corde à sauter

Corde en nylon avec poignées en bois. Longueur : 280cm.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650121	3,80 €HT	4,56 €TTC	3,61 €HT	4,33 €TTC

Préparation physique



Système d'entraînement par suspension

Idéal pour tout exercice de suspension, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur. Les poignées sont rembourrées et offrent ainsi un grand confort pendant l'entraînement. Résistance jusqu'à 4000kg. Avec ancrages de porte inclus. Les bandes inférieures peuvent être utilisées séparément. Ajustable, fonctionnel et résistant, c'est probablement un des meilleurs système d'entrainement par suspension.

Réf.	L'unité	
380471	40,00 €HT	48,00 €TTC



Barre de traction avec sangle de suspension

Ce pack comprend : - une barre de traction qui se fixe dans l'encadrement de la porte. Robuste, munie de supports, elle est extensible entre 74 et 102cm et livrée avec deux élastiques à poignées de résistance moyenne.
- Deux systèmes de sangles de suspension, ajustables en longueur, l'un muni de poignées en caoutchouc et l'autre, de poignées tressées, qui vous permettront d'avoir une excellente prise en main en fonction des exercices que vous effectuez.
Les séances d'exercices que vous effectuerez avec ces différents éléments, vous permettront de solliciter différents muscles (dos, abdominaux, épaules, biceps, triceps) pour un renforcement musculaire global.

Réf.	L'unité	
650312	35,30 €HT	42,36 €TTC



Barres d'effort

Ces barres d'effort sont recouvertes d'un double grip anti-glisse. Elles permettent un travail efficace des triceps à partir d'une position en chute faciale tout à fait correcte.
Dimensions : 50 x 29 x 42 cm.

Réf.	La paire	
650005	10,30 €HT	12,36 €TTC



Gilet lesté 10kg

Gilet lesté composé de 20 lests amovibles en acier de 500g chacun.
Poids total du gilet lesté : 10kg. Hauteur : 45cm. Largeur : 36cm. Fixation du gilet par ceinture avec clip. Ceinture de 74 à 100cm environ.

Réf.	L'unité	
650185	49,80 €HT	59,76 €TTC



Veste lestée

Veste en nylon munie de 18 lests amovibles de 250g chacun.
Les lests sont en silicone recouvert de tissu.
Fermeture de la veste par velcro.

Réf.	L'unité	
650179	55,60 €HT	66,72 €TTC



Bandes lestées

Bandes lestées en néoprène très souple et agréable au toucher.
Fixation par sangles velcro.
Couleur : noir.

Réf.	Pds/Paire	La paire	
650012	1kg	10,30 €HT	12,36 €TTC
650013	2kg	12,00 €HT	14,40 €TTC



Traîneau de résistance

Traîneau de résistance, destiné au travail de vitesse en faisant tracter au sportif une charge supplémentaire à celle de son propre corps. Il augmente la force produite par les appuis.
Livré sans les poids (disponibles en page 158), poids maxi chargé 100kg, livré avec un harnais d'épaules.

Réf.	L'unité	
380241	36,10 €HT	43,32 €TTC



Parachute de résistance

Parachute de résistance en nylon, destiné au travail de vitesse avec charge naturelle.

Réf.	L'unité	
380242	13,90 €HT	16,68 €TTC

Matériel d'entraînement

Préparation physique



Disques en fonte

En fonte de grande qualité laqué noir .
Diamètre intérieur: 30,5mm.

Réf.	Poids	L'unité	
650126	0,5kg	1,90 €HT	2,28 €TTC
650127	1,25kg	3,10 €HT	3,72 €TTC
650128	2,5kg	6,30 €HT	7,56 €TTC
650129	5kg	12,50 €HT	15,00 €TTC
650130	10kg	22,10 €HT	26,52 €TTC
650131	15kg	33,10 €HT	39,72 €TTC
650132	20kg	44,10 €HT	52,92 €TTC



Kits FIT'US

Les kits FIT'US sont spécialement adaptés au travail de renforcement et d'entretien musculaire. Un usage intensif permet d'affiner, de sculpter et de dessiner vos muscles. Idéal pour les cours pratiqués en musique, le kit FIT'US permet d'améliorer rapidement le tonus musculaire.
Le kit FIT'US est composé d'une barre d'acier de 1kg, d'un diamètre de 28mm, de 2 stops disques et d'un jeu de disques thermoplastiques de couleur.

Réf.	Poids	L'ensemble	
650161	4kg	27,80 €HT	33,36 €TTC
650160	8kg	49,50 €HT	59,40 €TTC
650159	16kg	74,30 €HT	89,16 €TTC



Haltère court standard

Petite barre de musculation : longueur : 35cm, diamètre : 30mm.
En acier chromé.
Anneaux et clés de serrage inclus.

Réf.	L'unité	
650133	12,00 €HT	14,40 €TTC



Haltère long avec stop disques

Barre de musculation d'une longueur de 165cm, diamètre : 30mm.
En acier chromé, massif. Avec anneaux à visser pour une fixation rapide des poids.

Réf.	L'unité	
650135	36,60 €HT	43,92 €TTC



Paires d'haltères fitness

Barre et poids d'une seule pièce.
Différents coloris suivant le poids.

Réf.	Poids	Couleur	La paire	
650164	0,5kg	Rose	4,20 €HT	5,04 €TTC
650165	1kg	Violet	7,70 €HT	9,24 €TTC
650166	2kg	Vert	14,10 €HT	16,92 €TTC
650167	3kg	Rouge	20,80 €HT	24,96 €TTC
650168	4kg	Bleu	27,40 €HT	32,88 €TTC
650169	5kg	Noir	33,30 €HT	39,96 €TTC



Haltère court avec stop disques

Petite barre de musculation : longueur : 35cm, diamètre : 30mm.
En acier chromé, massif. Avec anneaux à visser pour maintenir les disques.

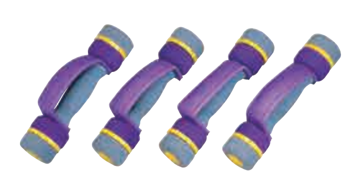
Réf.	L'unité	
650134	10,00 €HT	12,00 €TTC



Haltère curl avec stop disques

Barre de musculation avec partie en "Z", longueur : 120cm, diamètre : 30mm.
En acier chromé, massif.
Avec anneaux à visser pour une fixation rapide des poids.

Réf.	L'unité	
650136	27,60 €HT	33,12 €TTC



Haltères

Haltères doux au toucher. Chaque haltère est muni d'une poignée.

Réf.	Pds/paire	La paire	
520210	900gr	9,80 €HT	11,76 €TTC
520211	1350gr	10,90 €HT	13,08 €TTC



Jeu d'haltère court

Barre courte avec anneaux et clé de serrage pour fixer les poids.
Deux disques de 2,5Kg et deux disques de 1,25Kg en fonte de grande qualité.
Diamètre : 30mm.

Réf.	Le jeu	
650137	27,60 €HT	33,12 €TTC

Préparation physique




Barres lestées

Idéales pour le travail de renforcement musculaire (épaules, cuisses, buste, pectoraux,...).
Longueur : 105cm.

Réf.	Poids	Couleur	L'unité	
650174	1kg	Gris	7,50 €HT	9,00 €TTC
650175	2kg	Bleu	10,50 €HT	12,60 €TTC
650176	3kg	Rouge	13,50 €HT	16,20 €TTC
650177	4kg	Vert	14,90 €HT	17,88 €TTC
650178	5kg	Jaune	17,60 €HT	21,12 €TTC



Chariot barres lestées

Chariot pour 15 à 60 barres selon les diamètres. Charge maximale de 90 kg (charge importante il faut donc faire attention lors de la manipulation du chariot).

Réf.	L'unité	
650457	159,20 €HT	191,04 €TTC





Kettlebell

Poids en forme de cloche venus des pays de l'Est qui sont désormais de plus en plus utilisés lors des séances de préparation physique sur le terrain. Les Kettlebells sont recouvertes de caoutchouc.
Autres poids sur demande.

Réf.	Poids	L'unité	
650414	4kg	12,80 €HT	15,36 €TTC
650415	6kg	19,20 €HT	23,04 €TTC
650416	8kg	25,70 €HT	30,84 €TTC
650417	10kg	32,10 €HT	38,52 €TTC
650418	12kg	38,50 €HT	46,20 €TTC



Médecine balles avec poignées

Médecine balles double grip permettant de travailler plus efficacement le renforcement du haut du corps grâce à une meilleure prise en main. Munies de deux poignées.
Autres poids sur demande.

Réf.	Poids	Couleur	L'unité	
650442	5kg	Gris/mauve	49,50 €HT	59,40 €TTC
650443	6kg	Gris/jaune	54,60 €HT	65,52 €TTC
650444	8kg	Gris/rouge	64,90 €HT	77,88 €TTC
650445	10kg	Gris/orange	77,40 €HT	92,88 €TTC



Médecine balles Jordan

Médecine balles recommandées pour la préparation physique générale et les exercices de lancer et de réception.
Coloris selon disponibilités.

Réf.	Poids	Couleur	L'unité	
650425	6kg	Gris/jaune	30,60 €HT	36,72 €TTC
650426	7kg	Gris/vert	33,30 €HT	39,96 €TTC
650427	8kg	Gris/rouge	35,90 €HT	43,08 €TTC
650428	9kg	Gris/bleu	42,80 €HT	51,36 €TTC
650429	10kg	Gris/orange	55,10 €HT	66,12 €TTC



Sacs de force

Les sacs de force permettent de travailler efficacement la force et les muscles stabilisateurs directement sur le terrain (possibilité de rotation, lancer, soulever,...). Ils sont compacts et faciles à transporter. Ils peuvent être utilisés autant en salle de fitness qu'à l'extérieur.
Livrés vides. A lester avec du sable.

Réf.	Poids	Couleur	L'unité	
650446	5kg	Mauve	50,10 €HT	60,12 €TTC
650447	10kg	Vert	58,90 €HT	70,68 €TTC
650448	15kg	Jaune	60,20 €HT	72,24 €TTC
650449	20kg	Bleu	68,70 €HT	82,44 €TTC
650456	25kg	Rouge	72,20 €HT	86,64 €TTC





Médecines balles dynamiques avec poignée

Ces médecine balles avec poignée sont lestées avec de l'eau ce qui modifie quelque peu la trajectoire et la dynamique du mouvement. Elles conviennent pour toutes les activités dans lesquelles vous êtes à la recherche d'équilibre comme les lancers, la course ou les sauts. Leur utilisation est également parfaite pour le travail des épaules, des bras dans des exercices adaptés aux différents sports collectifs et de raquettes.

Réf.	Poids	L'unité	
520290	1 kg	27,30 €HT	32,76 €TTC
520291	2 kg	35,60 €HT	42,72 €TTC
520292	3 kg	40,70 €HT	48,84 €TTC

Préparation physique







Dévidoirs de flexaband

Rouleau de 25m de flexaband.
Permet un déroulement aisé.
Très pratique pour les groupes sportifs.

Réf.	L'unité	
650115 Souple	42,40 €HT	50,88 €TTC
650116 Medium	42,40 €HT	50,88 €TTC
650117 Forte	42,40 €HT	50,88 €TTC
650118 X-fort	42,40 €HT	50,88 €TTC

Flexabands 2,50m

Le flexaband est une bande de très grande qualité, extensible jusqu'à 7 fois sa longueur initiale. Elle est utilisée depuis longtemps, pour le fitness et la remise en forme aussi bien que pour la thérapie et la rééducation. Elle permet de travailler tous les groupes musculaires (abdominaux, bras, jambes, fessiers). Pendant l'exercice, les muscles sollicités restent sous tension constante jusqu'à la fin du mouvement.
Elle existe en 4 qualités de résistance.

Réf.		L'unité		A partir de 6	
650111	Souple, jaune	4,90 €HT	5,88 €TTC	4,66 €HT	5,59 €TTC
650112	Medium, rose	4,90 €HT	5,88 €TTC	4,66 €HT	5,59 €TTC
650113	Forte, mauve	4,90 €HT	5,88 €TTC	4,66 €HT	5,59 €TTC
650114	X-Forte, vert	4,90 €HT	5,88 €TTC	4,66 €HT	5,59 €TTC

Paire de Flexafix

Poignées pratiques pour allonger ou raccourcir aisément la bande de flexaband.
Elles se fixent et se détachent avec facilité.

Réf.	La paire		A partir de 6	
650110	3,90 €HT	4,68 €TTC	3,71 €HT	4,45 €TTC







Elastibands

L'elastiband est une bande élastique double, cousue de manière à former huit poignées de préhension .
Ce petit élastique est un outil indispensable, pour travailler efficacement et de manière attractive, tous les groupes musculaires : bras, jambes, dos et abdominaux.
Il peut également être employé pour les séances de réadaptation .
Ses différentes qualités de résistance permettent de moduler les efforts.

Réf.	Taille	Résistance	Couleur	L'unité		A partir de 5	
650148	90cm	10kg	Jaune	10,20 €HT	12,24 €TTC	9,69 €HT	11,63 €TTC
650149	87cm	15kg	Noir	11,00 €HT	13,20 €TTC	10,45 €HT	12,54 €TTC
650144	84cm	20kg	Bleu	16,90 €HT	20,28 €TTC	16,06 €HT	19,27 €TTC



Elastiques avec poignées

Ces élastiques qui permettent de travailler les membres supérieurs comme les membres inférieurs, ont pour particularité d'être munis de poignées solidement fixées sur toute leur largeur. Fabriquées en plastique flexible, les poignées augmentent encore le confort et l'efficacité des bandes élastiques dans la réalisation des différents exercices de musculation et d'étirements. Les élastiques mesurent 17,8 cm x 53 cm et leur surface est décorée de schémas d'exercices (10 en musculation et 8 en étirement).

Réf.	L'unité	
650011 Avancé	5,10 €HT	6,12 €TTC







Tubes fitness

Tubes en latex munis de 2 poignées recouvertes de mousse.
Longueur : 1,25m.

Réf.		Résist.	Couleur	L'unité	
650188	Scolaire	Léger	Jaune	5,70 €HT	6,84 €TTC
650189	Scolaire	Moyen	Vert	5,90 €HT	7,08 €TTC
650190	Scolaire	Fort	Rouge	6,30 €HT	7,56 €TTC
650191	Scolaire	X-fort	Bleu	6,90 €HT	8,28 €TTC
650173	Professionnel	Léger	Jaune	6,80 €HT	8,16 €TTC
650170	Professionnel	Moyen	Vert	7,20 €HT	8,64 €TTC
650171	Professionnel	Fort	Rouge	7,50 €HT	9,00 €TTC
650172	Professionnel	X-fort	Bleu	7,90 €HT	9,48 €TTC

Préparation physique



Powerhoop Deluxe

Le Powerhoop Deluxe est le cerceau de remise en forme le plus avancé au monde! Il permet aux utilisateurs de se remettre en forme de manière progressive, étape par étape; débute avec un poids de base de 1,5kg et est livré avec quatres inserts en acier inoxydable pour augmenter le poids jusqu'à 1,9kg. (Des poids supplémentaires sont disponibles séparément pour un poids total de près de 2,3kg). Le Powerhoop Deluxe a un design révolutionnaire grâce à un surmoulage unique. Une surface extérieure en plastique dur protège le cerceau. Les zones de compression interne amortissantes maximisent l'effet tout en minimisant l'inconfort pour les nouveaux utilisateurs. Les "vagues" du cerceau créent une variation de l'intensité en fonction du hooping donné par l'utilisateur.
DVD d'instructions en anglais inclus.
Diamètre : 102cm.

Réf.	L'unité	
650195	56,50 €HT	67,80 €TTC

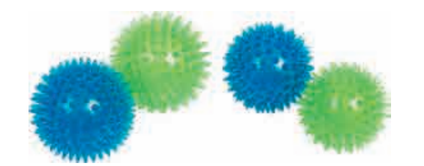
650097 650098 650099

NEW

Blackroll - Rouleau d'auto-massage

Grâce aux produits BLACKROLL, vous pouvez à l'aide de quelques exercices spécifiques sensiblement améliorer votre mobilité et le fonctionnement de votre système neuromusculaire. Une utilisation régulière et ciblée aide à la régénération, permet le relâchement des tensions myofasciales et par conséquent un meilleur rendement du système neuromusculaire. Les produits Blackroll sont issus d'une fabrication allemande, respectueuse de l'environnement et 100% recyclables. Désinfection facile et résistants à l'eau.

Réf.	Type	Taille	L'unité	
Dureté moyenne. Effet des massages établis.				
650097	Standard	30 x 15cm	23,50 €HT	28,20 €TTC
20% plus mou que notre version standard. Excellent pour les débutants.				
650098	MED	30 x 15cm	25,20 €HT	30,24 €TTC
Pratique pour le voyage, petit et léger. Permet un massage sélectif des pieds, jambes, bras et d'autres parties du corps. Egalement pièce de raccordement entre 2 Blackroll standard.				
650099	Mini	15 x 5,3cm	7,60 €HT	9,12 €TTC





Balles de massage

Recommandées pour stimuler la circulation sanguine, la réflexologie et la relaxation. Les balles de massage recouvertes de picots constituent un excellent moyen pour soulager les points de tension et la fatigue et ainsi accéler la récupération. Elles sont également utilisées en rééducation pour des exercices de sensibilisation et de mobilisation. Vendues par paire (une verte et une bleue).

Réf.	Diamètre	La paire	
650543	6cm	1,80 €HT	2,16 €TTC
650544	8cm	2,90 €HT	3,48 €TTC



Ballons Paille multiusages

Extrêmement légers, ils peuvent flotter sur un courant d'air tout en douceur. On peut sans problème les suivre des yeux et par conséquent, les attraper, les frapper, se les envoyer, etc ... avec facilité. Leur rebond et leur légèreté peuvent être contrôlés selon l'apport d'air soufflé.
Ces ballons sont également un excellent outil pour améliorer la posture, l'équilibre, la force et la souplesse. Ils peuvent également être utilisés pour le yoga et le pilates.
Ils se gonflent et se dégonflent facilement grâce à une paille.

Réf.	Diamètre	Couleur	L'unité	
130148	max. 17cm	rouge	2,90 €HT	3,48 €TTC
130149	max. 25cm	bleu	3,10 €HT	3,72 €TTC



DVD Exercices de mise en forme avec ballon paille

Doris St-Arnaud vous présente un entraînement original avec ballon paille comprenant des exercices cardiovasculaires et des exercices musculaires sollicitant principalement les muscles abdominaux, les muscles des cuisses et les muscles du dos. Efficace ce petit ballon ! Durée : 50 minutes.

Réf.	L'unité	
650041	11,50 €HT	13,80 €TTC





Le Flexoring

Appareil breveté pour le travail spécifique des dorsaux, pectoraux, abdominaux, avant-bras et des cuisses. Idéal pour vos cours d'entretien musculaire, 4 forces (de faible à très difficile) sans réglage. Renforts pour un toucher agréable et antidérapant.
Dimensions : L 51 x l 5 x H 51cm.

Réf.	L'unité	
650254	19,70 €HT	23,64 €TTC







Anneau Pilates

Anneau de 37cm de diamètre muni de deux poignées recouvertes de mousse.

Réf.	L'unité	
650183	10,40 €HT	12,48 €TTC

Préparation physique









Fit Ball

La gamme Fit Ball est particulièrement adaptée pour l'exécution d'exercices de fitness ou de gymnastique prénatale. En effet, outre sa grande résistance (jusqu'à 300kg), le Fit Ball est conçu de telle façon que tout risque d'éclatement de la balle est exclu, même en cas de coupure occasionnée par un objet tranchant.

Réf.	Diamètre	L'unité		A partir de 5	
130112	55cm	13,70 €HT	16,44 €TTC	12,33 €HT	14,80 €TTC
130113	65cm	15,60 €HT	18,72 €TTC	14,04 €HT	16,85 €TTC
130114	75cm	19,80 €HT	23,76 €TTC	17,82 €HT	21,38 €TTC



GymDonut

Depuis l'invention du Physio-Roll, en forme de cacahuète, la forme d'un ballon d'exercice est devenue dynamique. Bien qu'il puisse être utilisé sur ses parties arrondies, l'avantage du GymDonut est sans nul doute ses côtés plats. Ceux-ci assurent stabilité et confort lors des exercices; de plus, la hauteur maximum du ballon est plus intéressante pour certains thèmes de travail (méditation, yoga, …). Le trou facilite également la préhension du ballon pour tout exercice de manipulation.
Si vous vous dites que les ballons sont d'excellents outils de travail mais impossibles à ranger, vous allez être agréablement surpris par notre GymDonut !

Réf.	Dimensions	L'unité	
130072	35x65cm	13,20 €HT	15,84 €TTC



Ballon avec poids excentré

Avec un diamètre de 55 cm, sans couture, ces ballons roto-moulés ont été initialement conçus pour un usage thérapeutique. Actuellement, ils sont fréquemment utilisés en éducation physique pour travailler le renforcement musculaire et l'équilibre. En nous basant sur cette dernière tendance d'entraînement, nous avons développé un ballon dont le poids est excentré grâce aux 900 gr de sable qu'il contient. Le sable, par sa nature, se déplace à l'intérieur du ballon lorsqu'il est en mouvement et se concentre dans le fond de celui-ci quand il ne roule pas. Le mouvement du sable à l'intérieur de la balle est fonction de son déplacement et facilite son contrôle ; il contribue aussi à maintenir le ballon en équilibre lorsqu' il est arrêté sur le sol.

Réf.	L'unité	
650014	17,00 €HT	20,40 €TTC



Pompe de gonflage

La quantité d'air à insuffler dans les ballons Gymnic et «Body Ball» est importante. Cette pompe vous aide à réduire le temps de gonflage puisqu'elle insuffle l'air à la fois en poussant le levier et en le tirant. Livrée avec différents embouts.

Réf.	L'unité	
130065	8,90 €HT	10,68 €TTC



Fitball Roller

Le Fitball Roller est un excellent produit qui combine les avantages du Foam Roller et des ballons gymniques. Il permet des exercices de renforcement musculaire abdominal et général, de stabilisation, de relaxation, de yoga ou même de Pilates.
Longueur : 75cm. Diamètre : 18cm

Réf.	L'unité	
650385	19,10 €HT	22,92 €TTC



Trainer Sport 50cm

Constitué d'une plate-forme rigide et d'une demi-sphère souple, cet objet s'utilise recto-verso, d'où son petit nom de "Both Side Up". Il permet de rendre très ludiques les exercices classiques, mais surtout d'accroître radicalement leur efficacité, avec un travail nettement plus qualitatif. L'usage du Bosu met le corps en déséquilibre et l'oblige à solliciter ses muscles stabilisateurs et profonds, ceux qui maintiennent les os, la colonne, mais aussi les viscères au niveau du ventre.

Réf.	L'unité	
650441	97,40 €HT	116,88 €TTC



Bosu Pro Edition

Constitué d'une plate-forme rigide et d'une demi-sphère souple, cet objet s'utilise recto-verso, d'où son petit nom de "Both Sides Up". Il permet de rendre très ludiques les exercices classiques, mais surtout d'accroître radicalement leur efficacité, avec un travail nettement plus qualitatif. L'usage du Bosu met le corps en déséquilibre et l'oblige à solliciter ses muscles stabilisateurs et profonds, ceux qui maintiennent les os, la colonne, mais aussi les viscères au niveau du ventre.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
Bosu Pro Edition				
Ce modèle est adapté à une utilisation intensive en salle de sport ou par le Personal Trainer.				
650293	164,50 €HT	197,40 €TTC	156,28 €HT	187,53 €TTC
Bosu Home Edition				
Ce modèle pour le particulier est livré avec une pompe à main, un DVD avec 30 minutes d'exercices actifs et un fascicule explicatif.				
650294	132,10 €HT	158,52 €TTC	125,50 €HT	150,59 €TTC

Fitness ludique



Skillastics Fitness

Ensemble d'exercices (26) créés pour rendre le fitness et la gymnastique, activités souvent astreignantes et ardues, beaucoup plus ludiques et amusantes. Les élèves aimeront y jouer et en redemanderont constamment.
Les exercices couvrent quatre des éléments principaux de la mise en condition physique : force, souplesse, endurance cardio-vasculaire et endurance musculaire. Il donne également 10 exercices de musculation et d'autres idées d'activités.
Les nombres de 3 couleurs différentes vous permettent d'ajuster le nombre de répétitions au niveau de condition physique de vos élèves. Des petits personnages très colorés, mettent en évidence les muscles sollicités dans les différents exercices.
Un manuel d'instructions identifie tous ces muscles afin de vous aider dans la reconnaissance et l'enseignement de ceux-ci.

L'ensemble « Skillastics Fitness » comprend : un tapis d'activités, illustré en couleur, en nylon renforcé mesurant 1,5 m x 2,10 m, 6 petits tapis en nylon renforcé mesurant 51 x 69 cm, 6 dés de couleurs différentes, 6 petits sacs à grains de couleurs différentes, un manuel didactique et un sac de rangement très pratique.

Réf.	L'unité	
112091	177,30 €HT	212,76 €TTC

Travail des abdominaux et renforcement



Roue double

Roue double permettant de travailler vos abdominaux.
Dimensions : roue de 18cm de diamètre et de 4,5cm d'épaisseur, bras de 10x3cm. Poids : 660g.

Réf.	L'unité	
650138	8,30 €HT	9,96 €TTC



Power Roller

L'entraîneur idéal pour vos abdominaux. Un entraînement régulier avec le Power Roller développera vos abdominaux et éliminera les graisses.
Il est muni d'un repose tête réglable afin d'optimiser votre position.

Réf.	L'unité	
650141	43,00 €HT	51,60 €TTC



Plateau d'équilibre Fit & Balance

Ce nouveau plateau d'équilibre révolutionnaire a été spécialement étudié pour une utilisation polyvalente : renforcement musculaire, rééducation, proprioception, prévention des chutes; il est recommandé pour un usage individuel ou collectif.

Il comprend 4 pieds amortisseurs qui le rendent plus confortable et plus sécurisant qu'une planche d'équilibre traditionnelle.

Poids maxi d'utilisateur : 110 kg

Important : Réglez le support central, ainsi que les pieds latéraux, en fonction de votre poids, du niveau de difficulté recherché et des exercices à exécuter.

Réf.	L'unité	
650192	45,70 €HT	54,84 €TTC

Yoga





Planche Yoga

Planche de Yoga réglable par déplacement de l'élévateur selon 8 angles différents (8-16-24-26-50-52-56 et 60°).
Livrée avec un DVD en anglais.

Réf.	L'unité	
650100	27,10 €HT	32,52 €TTC

Nattes



Nattes Gym strong

Natte de qualité pour un usage intensif en gymnastique ou en thérapie.
Revêtement en tissu peau de pêche, très agréable au toucher, antibactéries et lavable à 40°.
Revêtement antidérapant sur une face.
Rangement par œillets.

Réf.	L'unité		A partir de 6	
140x60x0,8cm				
650019	17,00 €HT	20,40 €TTC	16,15 €HT	19,38 €TTC
180x60x0,8cm				
650020	21,60 €HT	25,92 €TTC	20,52 €HT	24,62 €TTC



Nattes Megaform

Nattes fabriquées en matériaux respectueux de l'environnement, biodégradables et sans PVC.
Dimensions : 180cmx60cm - 16 mm d'épaisseur.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
Sans oeillet				
650017	29,80 €HT	35,76 €TTC	28,31 €HT	33,97 €TTC
Avec oeillets				
650018	31,10 €HT	37,32 €TTC	29,55 €HT	35,45 €TTC



Natte Gym Mousse

Natte en mousse de polyéthylène biologique.
Antimycoses et hygiénique, elle n'absorbe pas la transpiration.
Dimensions : 150x50x0,8cm.
Rangement par œillets.

Réf.	L'unité		A partir de 10	
650037	6,20 €HT	7,44 €TTC	5,89 €HT	7,07 €TTC



Natte Gymconfort I

Natte de gymnastique pour un usage intensif et régulier.
Mousse à cellules fermées offrant confort, résistance mais aussi légèreté. Face spéciale antidérapante. Rangement par œillets.
Dimensions : 140x60x0,8cm.
Coloris selon disponibilités.

Réf.	L'unité		A partir de 10	
650035	11,50 €HT	13,80 €TTC	10,93 €HT	13,11 €TTC

Natte Gymconfort II

Dimensions : 180x60x0,8cm.

Réf.	L'unité		A partir de 10	
650036	15,30 €HT	18,36 €TTC	14,54 €HT	17,44 €TTC



Tapis pliables

Ces tapis pliables sont parfaits pour la pratique de tous types d'exercices au sol.
Fabriqués en mousse polyéthylène thermoformée, ils résistent à l'écrasement ; et leur recouvrement en tissu polyester (rouge ou bleu), procure un confort supplémentaire au toucher.
Pliables et munis d'une poignée pour le transport, ils sont légers et peu encombrants.

Réf.		L'unité		A partir de 10	
Dimensions ouvert : 140x60cm. Epaisseur : 14mm. Poids net : 460g. Dimensions plié : 41x60cm.					
650031	Tapis pliable bleu	21,40 €HT	25,68 €TTC	20,33 €HT	24,40 €TTC
Dimensions ouvert : 170x70cm. Epaisseur : 14mm. Poids net : 620g. Dimensions plié : 47x70cm.					
650030	Tapis pliable rouge	29,60 €HT	35,52 €TTC	28,12 €HT	33,74 €TTC



Natte Medica confort

En mousse biologique alvéolée, antibactéries.
Revêtement peau de pêche, très agréable au toucher.
Dimensions : 190x60x1,5cm.

Réf.	L'unité		A partir de 10	
650021	20,80 €HT	24,96 €TTC	19,76 €HT	23,71 €TTC



Rack de rangement pour nattes

Ce rack en aluminium réglable, léger et peu encombrant se fixe facilement sur n'importe quel type de support. Livré avec vis et chevilles de fixation. L'écartement des broches est ajustable de 5 à 60cm. Broches de 28cm de long. Capacité maximale de 15kg (soit 10 à 20 nattes). Poids : 1,250kg.

Réf.	L'unité	
650023	22,80 €HT	27,36 €TTC



Chariot de rangement pour nattes

Chariot en acier muni de 4 broches réglables en largeur et de 4 roulettes pour faciliter le rangement et le déplacement de vos nattes. Hauteur : 188cm. Longueur des broches : 28cm.
Livré vide.

Réf.	L'unité	
650025	98,30 €HT	117,96 €TTC

Steps Loisirs-scolaires



Step Eco Fitness

Step, en polypropylène recyclé, empilable spécialement adapté aux collectivités.
Dimensions : 80x40x14cm. Poids : 2,5kg. Couleur : noir.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650107	22,00 €HT	26,40 €TTC	20,90 €HT	25,08 €TTC



Step initiation

Marche d'exercices en polypropylène.
Dimensions : 80x40cm. Hauteur : 14cm.
Couleur rose (bleu jusqu'à épuisement du stock).

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650109	33,00 €HT	39,60 €TTC	31,35 €HT	37,62 €TTC



Step avec pieds

Step d'entraînement en polypropylène ; très solide. Grâce à son système de pieds encastrables, le step Sveltus se range facilement. La hauteur est réglable de 14 à 19cm suivant qu'on l'utilise avec ou sans les pieds. Le plateau dispose d'un système antidérapant ; la partie inférieure et les pieds sont pourvus de pastilles en caoutchouc assurant une parfaite adhérence au sol.
Dimensions : 80x40cm.
Couleur rose (bleu jusqu'à épuisement du stock).

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650150	38,10 €HT	45,72 €TTC	36,20 €HT	43,43 €TTC

Steps - Entraînement-compétition



Step aérobic

Step solide et robuste pour les débutants et les pratiquants chevronnés. Revêtement antidérapant avec pieds ajustables.
Surface : 68,5x40cm. Hauteurs : 13 et 17cm. Poids : 6kg.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650122	41,90 €HT	50,28 €TTC	39,81 €HT	47,77 €TTC



Step club

Step très solide idéal pour le perfectionnement et un usage intensif.
Revêtement antidérapant avec pieds ajustables.
Surface : 90x40cm. Hauteurs : 13,18 et 23cm. Poids : 8kg.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650124	53,70 €HT	64,44 €TTC	51,02 €HT	61,22 €TTC



Gratuit à l'achat d'un ramp

DVD - Exercices avec The Ramp

DVD en français sur le Ramping-up.

Réf.	L'unité	
810156	5,00 €HT	6,00 €TTC

Steps - Conventions-galas



Step 3 hauteurs

Step construit en un seul bloc. Pieds et plateau antidérapants.
Réglage 3 hauteurs (15,20 et 25cm), idéal pour tous niveaux.
Dimensions : 97x36cm. - Poids : 7kg.

Réf.	L'unité		A partir de 5	
650259	72,50 €HT	87,00 €TTC	68,88 €HT	82,65 €TTC

Visitez notre site
www.idemasport.com



Step incliné The Ramp

Le step incliné THE RAMP sollicite un travail musculaire fondamentalement différent des autres activités fitness : les muscles postérieurs, cuisses, fessiers sont intensivement renforcés grâce à l'amplitude des mouvements effectués contre la surface tricolore inclinée et à l'arrière de celle-ci. De plus, les exercices de ramping ne nuisent pas aux genoux, aux chevilles ni aux autres articulations. THE RAMP s'adresse à un large public : les plus jeunes y trouveront tout le dynamisme du step, et les plus âgés l'adoreront pour son côté « soft ».
THE RAMP est un demi-cercle en PVC (56x107cm), comportant 3 couleurs différentes, de quoi rendre plus facile l'apprentissage des chorégraphies et les directives de direction. Il repose sur 3 pieds télescopiques réglables de 15° à 20°. Plus la pente est forte, plus les muscles sont sollicités ! Le rangement des RAMPS s'effectue aisément grâce à leur système d'emboîtement.

Réf.	L'unité		A partir de 4	
The Ramp + DVD référence 810156 gratuit				
650120	32,20 €HT	38,64 €TTC	28,98 €HT	34,78 €TTC

Entraînement cardio-vasculaire



Autres modèles disponibles. Nous consulter.

Cardiofréquencemètre entraînement

Cardio destiné à l'entraînement, usage régulier. Affichage de la fréquence cardiaque maxi, mini et moyenne, zone cible programmable/3 alarmes, signal dépassement de la fréq. card. maxi, minuteur de récupération, compte à rebours, calories dépensées, chronomètre, horloge/calendrier/alarme, rétro-éclairage. Piles: 2xCR2032. Livré avec ceinture thoracique et support vélo.

Réf.	L'unité	
380260	35,70 €HT	42,84 €TTC



Cardiofréquencemètre POLAR FT1

Le Polar le plus simple. Il indique la fréquence cardiaque, la fréquence moyenne et la durée de l'entraînement. Son affichage extra grand améliore la lisibilité. Etanche jusqu'à 50m. Récepteur et émetteur T31 coded évitant toutes interférences avec d'autres cardios.

Réf.	L'unité	
520159	40,40 €HT	48,48 €TTC





Cardiofréquencemètre POLAR FT4

Ce cardiofréquencemètre vous informe de toutes les caractéristiques de base de vos pulsations durant l'entraînement. En effet, il vous propose une plage de fréquences calculée selon votre âge. L'ordinateur est également muni d'un programme calculant les calories dépensées durant l'entraînement ou une suite d'entraînements. Toutes ces données sont mémorisées et paramétrables par l'utilisateur afin d'optimiser son entraînement (10 fichiers).
Le Polar FT4 est muni d'une ceinture cardiaque Wearlink confortable sans couture.
Disponible en modèle homme ou femme (à préciser lors de la commande).

Réf.	L'unité	
520161	60,70 €HT	72,84 €TTC



Cardiofréquencemètre Polar FT7

Le Polar FT7 est destiné au sportif souhaitant savoir s'il améliore sa forme ou s'il brûle des calories. Il permet de suivre vos entraînements via un résumé hebdomadaire.
La fonction Energy pointer indique l'orientation que vous désirez donner à votre entraînement : combustion des graisses ou l'amélioration de votre forme physique.
La fonction OwnCal mesure la consommation calorique.
Il est livré avec le confortable Wearlink avec émetteur codé pour une transmission sans interférence.

Réf.	L'unité	
520162	75,80 €HT	90,96 €TTC



Cardiofréquencemètre Polar RS100

Cardio destiné aux débutants recherchant un cardio équipé de toutes les fonctions essentielles : OwnZone qui détermine votre zone cardiaque personnelle basée sur la condition physique du jour, OwnCal qui indique la consommation calorique, le résumé de votre dernier entraînement.
Il est livré avec le confortable Wearlink avec émetteur codé pour une transmission sans interférence.

Réf.	L'unité	
650399	79,50 €HT	95,40 €TTC



Cardiofréquencemètre POLAR RS300X

Destiné aux athlètes amateurs qui recherchent des fonctions cardio et chrono essentielles : il vous aide à vous entrainer à la bonne intensité grâce à vos zones cibles personnalisées. Le test Fitness mesure votre condition physique au repos et indique votre progression. Accompagnement de l'entraînement à intervalles.

Réf.	L'unité	
650398	89,00 €HT	106,80 €TTC



Barre de pulsations

Cette barre de pulsations répond immédiatement lorsque l'on saisit dans chaque main les barres munies de larges capteurs; elle donne une mesure, en quelques secondes à peine. Toute la classe peut donc prendre ses pulsations dans un délai très court. Cette mesure instantanée des pulsations pourrait s'avérer utile comme exercice de retour au calme. Son utilisation pourrait vous permettre de recentrer votre classe – ou un élève- qui par son comportement physique ou verbal, perturbe votre cours.
Pour atteindre cet objectif, il utilisera des exercices de yoga, de relaxation et de respiration profonde… le résultat ne se fera pas attendre…

Réf.	L'unité	
650186	27,00 €HT	32,40 €TTC



Mallette vide compartimentée

Mallette pouvant contenir jusqu'à 24 boussoles, chronos ou montres cardio. Valise en nylon compartimentée (mousse alvéolée) munie d'une poignée en caoutchouc ergonomique, d'une bandoulière réglable et d'une pochette intérieure. Dimensions : 40x30x8cm.

Réf.	L'unité	
710030	20,20 €HT	24,24 €TTC

Matériel audio



Sono pour iPod/iPhone

Résistante et maniable cette sono est parfaite pour les classes ! Avec 6 sorties pour casques audios elle est fonctionnelle pour les laboratoires de langues. Lecture de fichier audio CD, MP3, USB, Ipod/Iphone. Commentaires oraux possibles grâce à la connexion d'un microphone. Enregistrement de CD et MP3 sur clé USB. Port Ipod/Iphone avec fonction charge. Enceinte 17 watts. Le tout, où vous voulez quand vous le voulez et avec un son d'excellente qualité !

Réf.	L'unité	
380490	496,10 €HT	595,32 €TTC



Sono M100

Cette sono professionnelle est vraiment un « tout-terrain » pour les écoles, les cours de sports ou les rassemblements grâce à ses ports pour Ipod, Iphone, USB, CD et MP3. Que ce soit pour vos discours en public, vos pièces de fin d'année, vos cours de musique ou de sport – la sono M100 est votre solution. Ce système stéréo portatif a un excellent son en toutes circonstances. Avec son enceinte intégrée, le lecteur USB/MP3 et l'interface Ipod/Iphone intégrée vous pourrez animer efficacement n'importe quelle classe ou événement sportif. Les vidéos se transfèrent sans problème d'un Ipod/Iphone vers tout type de périphérique de lecture (TV, ...). La fonction enregistrement permet en toute facilité de copier des fichiers d'un CD ou d'un micro vers une clé USB. 120 watts de puissance. Base pour Ipod/Iphone inclut la fonction charge. Lecteur MP3 avec connexion USB et fonction enregistrement.

Réf.	L'unité	
380491	955,60 €HT	1.146,72 €TTC



Sono Education 70

L'outil indispensable de tous les éducateurs ! 120 watts, lecteur CD,MP3 avec port USB et fonction enregistrement, 2 microphones sans fil, roulettes de transport. Sur les terrains de sports ou dans les grands halls la sono Education 70 vous procure les meilleures performances possibles en la matière. Avec ses enceintes intégrées, les différents lecteurs et les deux microphones sans fil l'Education 70 vous permet d'encadrer parfaitement tous vos événements.

Réf.	L'unité	
380492	1.133,50 €HT	1.360,20 €TTC



Sono M100 Media

Sono identique à la référence 380491 mais munie d'un trolley et d'un micro sans fil.

Réf.	L'unité	
380493	1.501,10 €HT	1.801,32 €TTC

Musculation



Banc développé Megaform GREDI

Banc à utiliser avec haltères et disques de charge (non inclus).
Support d'haltères à hauteur réglable.
Siège ajustable à 6 positions.
Leg developer avec 6 rouleaux en mousse.
Poteaux de rangement de disques.
Support biceps amovible.
Garantie : 2 ans
Poids : 28 kg Poids maximum de l'utilisateur : 110kg
Dimensions : 120(h)x100(l)x190(L) cm.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650454	65,30 €HT	78,36 €TTC



Banc incliné Megaform IZAR

Banc polyvalent pour le travail du haut du corps, fourni avec deux tubes de fitness.
Banc plat et inclinable.
Siège ajustable à 4 positions.
Garantie : 2 ans
Poids : 12 kg Poids maximum de l'utilisateur : 110 kg
Dimensions : 90(h) x 40(l) x110 (L) cm
Utilisation : scolaire et loisir.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650455	40,30 €HT	48,36 €TTC



Banc multi Megaform AVIOR

Banc à utiliser avec haltères et disques de charge (non inclus).
Siège ajustable à 6 positions.
Leg developer avec 4 rouleaux en mousse.
Butterfly horizontal avec charges maximales de 30kg sur chaque bras.
Poteaux de rangement de disques.
Banc pliable pour permettre un rangement aisé.
Garantie : 2 ans
Poids : 36 kg Poids maximum de l'utilisateur : 110kg
Dimensions : 130(h)x150(l)x180(L) cm.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650453	95,80 €HT	114,96 €TTC

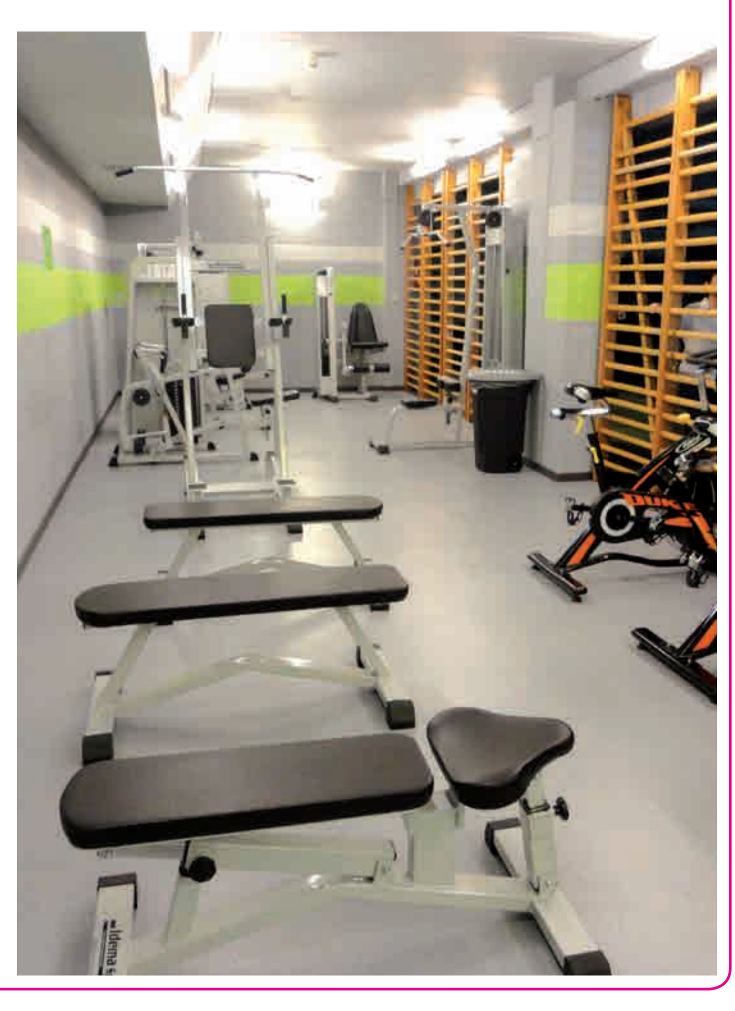
Plus de produits sur demande !
Nous contacter.



Multi-postes TT Pro BH Fitness

Le plus complet des multi-postes d'entraînement. Contrôle de l'exercice avec une tension maximale de 100kg. Presse jambes réglable avec guidon de saisie. Totalement aérodynamique. Exercice contrôlé grâce au système d'exercice guidé, il est possible de s'entrainer en toute sécurité. Stabilité maximale car le poids est distribué en 7 points d'appui. Système de poulies avec roulements. Le multi-postes est fabriqué avec de l'acier recouvert d'une peinture epoxy.
Dimensions : longueur 174cm, largeur 188cm, hauteur 214cm, poids 270kg. Poids maximum de l'utilisateur recommandé : 110kg. Poids maximum supporté 140Kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650510	2.201,50 €HT	2.641,80 €TTC



Entraînement cardio-vasculaire



Elliptique BH Fitness Khronos Generator

Elliptique conçu pour une utilisation très intensive (de plus de 20h d'entraînement par semaine). Système de frein électromagnétique autoalimenté (calcul exact des watts et RPM-silencieux très résistant). Moniteur LCD rétro-éclairé par lumière bleue et jaune avec 12 profils prédéfinis différents et
16 niveaux d'intensité. 4 programmes de contrôle de la fréquence cardiaque. Test de contrôle du taux de la masse graisseuse. Test de récupération. 5 profils à personnaliser. Mesure du pouls sans fil avec ceinture pectorale comprise ou directement par contact sur le guidon. Repose-pieds surdimensionnés antidérapants. Porte-bidons. Roulettes de transport. Programme en watts constants spécialement conçu pour les exercices de réhabilitation. Dimensions : Longueur 190cm, largeur 64cm, hauteur 170cm, poids 74kg, poids maximum de l'utilisateur recommandé 130kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650506	1.142,90 €HT	1.371,48 €TTC



Vélo Spinning BH Fitness SB3 Magnetic

Vélo spinning conçu pour une utilisation très intensive (de plus de 20h d'entraînement par semaine). Système de frein magnétique (pédalage silencieux et en douceur). Moniteur LCD très facile à utiliser (vitesse, durée, distance, calories, TPM et le pouls). Mesure du pouls sans fil avec ceinture pectorale en option. Châssis en acier surdimensionné avec traitement anti-corrosion, résistance et stabilité excellentes. Selle et guidon micro-réglables. Guidon ergonomique de triathlon réglable verticalement et horizontalement. Courroie poly-V pour une puissante transmission très silencieuse (ne demande pas d'entretien). Pédales doubles SPD-trekking adaptables à différents types de chaussures. Garde-boue sur roue avant (contre la sueur). Porte-bidon, roulettes de transport.
Dimensions : Longueur 104cm, largeur 64cm, hauteur 119cm, poids 46kg, poids maximum de l'utilisateur recommandé : 110kg, volant d'inertie en aluminium équivalent à 18kg.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650507	808,80 €HT	970,56 €TTC



Vélo BH Fitness Carbon Bike New Generator

Vélo conçu pour une utilisation très intensive (de plus de 20h d'entraînement par semaine). Ergomètre (mesure en watts). Système de frein électromagnétique auto-alimenté qui permet une large gamme de résistance. Silencieux et très résistant. Design exclusif. Ecran type DOT MATRIX avec
12 profils d'exercices différents et 16 niveaux d'intensité chacun, 4 programmes de contrôle de la fréquence cardiaque, programme en watts constants (spécialement conçu pour les exercices de réhabilitation). Test de récupération , un profil à personnaliser, mesure du pouls sans fil avec ceinture pectorale en option. Réglage horizontal et vertical de la selle, puissant ventilateur intégré, porte-bidon et roulettes de transport.
Dimensions : Longueur 115cm, largeur 54cm, hauteur 153cm, poids 53kg, poids maximum de l'utilisateur recommandé : 130kg, générateur équivalant à un volant d'inertie de 14kg.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650499	892,30 €HT	1.070,76 €TTC



Rameur BH Fitness Vario Program

Conçu pour une utilisation très intensive plus de 20 heures par semaine.Système de frein magnétique (Sans entretien). Mouvement silencieux et en douceur avec différentes tensions. Système de poulie centrale. Coups de rame directs. Console LCD avec 5 profils d'exercices différents. Fournit des objectifs qui aident à réduire le stress. Test de récupération (RT). Mesure de rythme cardiaque sans fil avec ceinture thoracique (non incluse) par radio fréquence à 5 kHz. Cela permet d'effectuer des entraînements hautement intensifs tout en contrôlant facilement le rythme cardiaque sur la console ou sur votre dispositif mobile. Inclinaison constante de la structure centrale. Fournit une valeur ajoutée à tout entraînement aérobie et anaérobie. Possibilité de ramer avec l'assise fixe ou mobile. Pour des entraînements professionnels ou amateurs. Réglage horizontal de la selle.
4 appareils d'entraînement dans 1 seul appareil. En plus de ramer, le R350 permet d'effectuer un entraînement anaérobie: abdominaux, biceps et quadriceps. Pliage rapide et simple. Roulettes de transport. Poids maximum de l'utilisateur : 135kg. Dimensions : Longueur 192, largeur 48cm, hauteur : 68cm. Plié : L83 x l48 x h141cm.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650525	785,70 €HT	942,84 €TTC



Vélo assis BH Fitness TFR Ergo Dual

Spécialement conçu pour une utilisation très intensive (plus de 20 heures d'entraînement par semaine). Bénéficiez de la technologie i.Concept et utilisez votre smartphone ou votre tablette comme écran tactile de votre machine de fitness. Vélo incliné avec appui lombaire constant. Spécialement conçu pour les personnes ayant des problèmes de dos et des troubles de la circulation. Cadre ouvert. Dual Kit BE inclus. Connectez le Dual Kit BE sur le port USB de la console de la machine et vous serez prêt pour bénéficier des Applis d'entraînements spécifiques universels. Accès facile pour réaliser l´exercice. Système de frein magnétique. Sans entretien. Pédalage silencieux et en douceur avec différentes tensions. Console LCD rétro-éclairée par lumière bleue avec 12 profils d'exercices différents avec 24 niveaux d'intensité. 5 profils à personnaliser (uPrg). Programme en watts constants (SWR: 10-350watts). Random program. Test de récupération (RT). Test de la forme physique. Mesure de rythme cardiaque sans fil avec ceinture thoracique (non incluse) par radio fréquence à 5 kHz. Guidon multipositions. Réglage horizontal de la selle. Roulettes de transport. Porte-bidons. Poids maximum de l'utilisateur : 140 kg. Poids du volant d'inertie: 12 kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650535	892,80 €HT	1.071,36 €TTC



Tapis BH Fitness Magna Pro

Tapis non pliable conçu pour une utilisation très intensive (plus de 20 heures d'entraînements par semaine) et pour tout utilisateur pesant jusqu'à 150kg. Cadre surdimensionné offrant résistance et rigidité durant l'exercice. Le moteur à impulsion AC de 3,5CV fournit une vitesse de travail entre 0,8 et 20kmh dans le silence le plus complet. Système d'amortissement avec 8 élastomères + K-Drumper. Mesure du pouls sans fil avec ceinture pectorale comprise. Fonction démarrage rapide et touches de vitesse et inclinaison instantanées, puissant ventilateur intégré, écran type Dot Matrix avec 1 fenêtre LED avec 7 profils d'exercices différents et 4 niveaux d'intensité chacun. Programme de contrôle de la fréquence cardiaque, surface de course XXL, 2 tests de la forme physique, système d'élévation central jusqu'à 15%, un profil à personnaliser.
Dimensions : longueur 210cm, largeur 93cm, hauteur 147cm, poids 170kg, surface de course XXL de 155x55cm, hauts-parleurs inclus et entrée pour lecteur MP3.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650508	2.855,70 €HT	3.426,84 €TTC

Entraînement cardio-vasculaire



Vélo BH Fitness DUKE

Utilisation professionnelle. Livré sans moniteur (en option).
Roue d'inertie 20kg.
Système de freinage par friction et blocage d'urgence.
Transmission par courroie PolyV.
Pédales mixtes.
Réglage selle et guidon en hauteur et profondeur.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650480	1.029,40 €HT	1.235,28 €TTC



Vélo BH Fitness LK7200

Stabilité maximale dans le pédalage. Système de frein électromagnétique (fiabilité et précision assurées) et auto-alimentée grâce à quoi la connexion électrique n'est pas nécessaire. Système de transmission par courroie poly V.
Ne demande pas d'entretien. La structure est en acier haute résistance. Caisse avec châssis périmétral pour une robustesse supplémentaire (Box Frame). Ecran LEDS. Le contrôle du pouls se fait par contact sur le guidon et également de façon télémétrique (ceinture pectorale en option). Programme manuel, 8 programmes avec profils pré-définis et 4 niveaux de difficulté chacun, Programme avec profil configurable par l'utilisateur, Test Homme, Test Femme, Programme Fréquence Cardiaque constante, Programme SWR (programme à watts constants). Réglage horizontal et vertical de la selle, ventilateur installé dans la console, roulettes de transport.
Dimensions : longueur 120cm, largeur 57cm, hauteur 148cm, poids: 53kg, poids maximum de l'utilisateur 150kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité
650538	**Prix sur demande**



Tapis BH Fitness LK5500

Utilisation professionnelle. Moteur à courant alternatif de 3.5 CV silencieux et fiable. Fournit une vitesse de 0,8 à 20 km/h dans le silence le plus complet. Easy ToolBar à accès proche et rapide, incorporé sur la main courante frontale, comprenant des détecteurs de pouls par contact, des boutons de vitesse et d'inclinaison, pouvant être réglés avec un seul doigt, et arrêt d'urgence. Système de levage central: Un axe permet une inclinaison maximale de +15%. Moniteur curviligne en S, avec inclinaison à 45°. Capteur de vitesse. Contrôle electronique du pouls (système de mesure Polar et télémétrique en option). L'écran principal de LEDS supérieur affiche graphiquement l'évolution de l'exercice. Vitesse/TPM, Temps/Distance, Calories/ l'Inclination et le Pouls. Programmes: Manuel, 28 programmes avec profils prédéfinis aux différents niveaux de difficulté et d'intensité, Programme avec profil configurable par l'utilisateur, Test Homme, Test Femme, Programme Fréquence Cardiaque Constante. Connexion pour mp3 et haut-parleur incorporé. Puissant ventilateur à 2 vitesses. 2 porte-bidons. Dimensions : L210xl93cm. Poids : 150kg. Poids maximum de l'utilisateur : 150kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité
650539	**Prix sur demande**

A domicile



Tapis BH Fitness F4 Dual

Conçu pour une utilisation domestique intensive (de 7 à 20 heures par semaine). La technologie i.Concept vous permettra de bénéficier d'entraînements personnalisés et 100 % motivants sur des Applis spécifiques aux machines de fitness comme par exemple BH by Kinomap, Run on Earth, FitConsole ou Tread Monitor (+accès à internet, réseaux sociaux, etc) et via votre smartphone ou tablette.Structure extra large offrant résistance et rigidité durant l'exercice. Moteur 3.5 CV (jusqu'à 20km/h). Fonction ECO-MODE (la consommation électrique baisse d'environ 25%). Inclinaison électrique jusqu`à 12%. Écran de motivation. Console LCD rétro-éclairée par lumière bleue de 8.2" avec 12 profils prédéfinis. Programme de contrôle de la fréquence cardiaque (HRC). Test de contrôle du taux de la masse graisseuse (BF). Système d´amorti avec 6 élastomères+ K-Dumper. Contrôle du rythme cardiaque sur votre smartphone ou tablette avec la ceinture thoracique (non fournie) grâce à la technologie Bluetooth. Touches de vitesse et inclinaison instantanées. Puissant ventilateur intégré. Système de pliage vertical pour faciliter son rangement. SDS afin d'éviter les lésions du dos (Soft Drop System). Porte-bidons. Roulettes de transport. Dimensions : L184xl84xh149cm. Poids : 102kg. Dimensions plié : L125xl94xh156cm. Surface de course XXL : 140cmx51cm. Poids maximum utilisateur : 140kg. Attention : compatibilité avec les smartphones et tablettes, nous consulter!
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650536	1.031,40 €HT	1.237,68 €TTC



Rameur BH Fitness Aquo

Conçu pour une utilisation domestique régulière. Pour entraînements de 3 à 7 heures par semaine. Système de frein magnétique. Sans entretien. Mouvement silencieux et en douceur avec différentes tensions. Système de poulie centrale. Coups de rame directs. Ecran électronique très clair. Facile à utiliser , mesure temps, coups de rame par minute, nombre total de coups de rame, consommation de calories et pouls. Avec 8 points précis de réglage manuel de la charge pour sélectionner l'intensité d'exercice. Mesure le rythme cardiaque sans fil avec ceinture thoracique (non incluse) par radio fréquence à 5 kHz. Cela permet d'effectuer des entraînements hautement intensifs tout en contrôlant facilement le rythme cardiaque sur la console ou sur votre dispositif mobile. Inclinaison constante de la structure centrale. Fournit une valeur ajoutée à tout entraînement aérobie et anaérobie. Pliage rapide et simple. Roulettes de transport. Longueur: 179 cm. Largeur: 50 cm. Hauteur: 53 cm. Poids maximum de l'utilisateur : 120 kg.
Transport et montage non compris.

Réf.	L'unité	
650537	337,10 €HT	404,52 €TTC







Vélo BH Fitness I.Nexor Dual

Vélo conçu pour une utilisation domestique régulière (entraînements de 3 à 7 heures par semaine). Système de frein magnétique sans entretien, pédalage silencieux et en douceur avec différentes tensions. Moniteur M2 de série avec 12 profils de formation prédéfinis, test fitness, 4 programmes HRC, watt programme, test de récupération, un programme aléatoire et fonction iPod touch, iPhone, iPad avec une application Apple ou Android pour vos séances d'entraînement (à télécharger). Réglage horizontal et vertical de la selle, guidon réglable, selle anatomique taille XXL, système de mesure du pouls par contact, roulettes de transport.
Dimensions : Longueur 101cm, largeur 55cm, hauteur 142cm, poids 33kg, poids maximum de l'utilisateur recommandé 130kg, poids du volant d'inertie 8kg. Nous consulter pour compatibilité des smartphones.
Montage non compris.

Réf.	L'unité	
650513	407,10 €HT	488,52 €TTC